

# 『認知症チェックリスト』

このテストは、認知症のごく初期、認知症の始まり、あるいは認知症に進展する可能性のある状態を、ご自分や家族などが簡単に予測できるように考案されたものです。下記のような症状がないか、チェックしてみましょう。該当する項目に○をつけてください。



質問項目		ほとんどない	ときどきある	頻繁にある
同じ話を無意識に繰り返す		0点	1点	2点
知っている人の名前が思い出せない		0点	1点	2点
物のしまい場所を忘れる		0点	1点	2点
漢字を忘れる		0点	1点	2点
今しようとしていることを忘れる		0点	1点	2点
器具の説明書を読むのを面倒がる		0点	1点	2点
理由もないのに気がふさぐ		0点	1点	2点
身だしなみに無関心である		0点	1点	2点
外出をおっくうがる		0点	1点	2点
物(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする		0点	1点	2点
該当する項目の数字を合計してください			点	
0～8点	正常	物忘れも老化現象の範囲内。疲労やストレスの場合もあります。8点近かったら、気分の違うときに再チェックを。		
9～13点	要注意	家族に再チェックしてもらったり、数か月単位で間隔を置いて再チェックを。		
14～20点	要診断	認知症の始まりの可能性があります。家族にも再チェックをしてもらい、結果が同じなら、 <u>認知症専門外来(※)</u> への受診をおすすめします。または、みやこ町地域包括支援センターにご相談ください。		

(大友式認知症予測テスト～認知症予防財団 HP より抜粋)

※気になる方は、医療機関を受診したり、みやこ町地域包括支援センター(Tel 32-8032)にご相談ください。

※認知症専門外来:みやこ町近辺の認知症専門外来としては、下記の「認知症医療センター」があります。

- 行橋記念病院 …住所：行橋市北泉3丁目11番1号 (Tel 0930-25-2000)
- 見立病院 …住所：田川市大字弓削田3237番地 (Tel 0947-44-0924)